

Epilepsien und Schulsport - darf ein epilepsiekrankes Kind am Schulsport teilnehmen?

Diese Frage hat sich jeder Sportlehrer sicher schon einmal gestellt. Es gilt der Grundsatz:

Eine regelmäßige sportliche Betätigung ist für alle Menschen und in jedem Alter gesund!

Kinder mit Epilepsien können viele Sportarten weitgehend gefahrlos ausüben und auch Lehrer sollten sich von einer Teilnahme der Kinder am Schulsport nicht vorschnell abbringen lassen.

Eine bewährte Grundregel für die Einschätzung einer möglichen Gefährdung durch Sport ist ein Vorgehen nach dem gesunden Menschenverstand unter Berücksichtigung der jeweiligen Epilepsie und Anfallshäufigkeit.

Bei seit längerer Zeit bestehender Anfallsfreiheit gibt es immer weniger Gründe, überhaupt irgendwelche Einschränkungen aufrechtzuerhalten. Bei sehr vielen Anfällen ist in Abhängigkeit von der Art der Anfälle und einer eventuellen tageszeitlichen Bindung oder Auslösung durch besondere Umstände zu überdenken, was sinnvoll ist und was nicht.

Allerdings gibt es einige Sportarten, die für Menschen mit aktiven Epilepsien prinzipiell nicht in Frage kommen bzw. bei denen ein Anfall eine nicht vertretbar hohe Gefahr bedeuten würde wie z.B. Tiefseetauchen oder Fallschirmspringen. Das aber sind überwiegend Disziplinen, die im Schulsport kein Thema sind.

Kinder mit Epilepsie können und sollen also Sport treiben, denn:

Körperliche Aktivität führt nicht zu Anfallshäufungen!

Die Integration in den Sportunterricht ist auch aus sozialen Gründen unerlässlich.

Eine generelle Sportbefreiung sollte soweit wie möglich vermieden werden. Inwieweit eine Befreiung notwendig werden könnte, hängt von der individuell vorliegenden Anfallsform ab. Der Epileptologe sollte hierzu ein detailliertes Attest erstellen.

Im Allgemeinen gilt:

Vorsicht beim Schwimmen!

- Ertrinken ist die häufigste unnatürliche Todesursache bei Epileptikern!
Notwendig ist in der Regel eine eigene Aufsichtsperson beim Schwimmunterricht, da bei bestimmten Anfallsformen ein lautloses Ertrinken möglich ist. Die Aufsichtsperson, die nur für das epilepsiekranken Kind zuständig ist, soll gewährleisten, dass das Kind bei einem Anfall sofort aus dem Wasser geholt wird. Als zusätzliche Sicherungsmaßnahmen können Rettungswesten, die den Kopf über Wasser halten, zum Einsatz kommen.

- Baden und Schwimmen wirken in der Regel nicht anfallsauslösend, auch nicht in kaltem Wasser. Im Allgemeinen können Kinder und Jugendliche mit Epilepsien also bei Beachtung der notwendigen Sicherheitsmaßnahmen am Schwimmunterricht teilnehmen. Dennoch sollte das betroffene Kind bei ersten gemeinsamen Unternehmungen im Wasser sehr aufmerksam beobachtet werden. Eine auffallende Bademütze ist hilfreich.

Vorsicht beim Radfahren!

Radfahren kann für das epilepsiekranken Kind und die anderen Verkehrsteilnehmer sehr gefährlich werden, falls dabei ein Anfall auftritt. Daher sollte es im dichten Straßenverkehr nur fahren, wenn es mindestens ein Jahr lang anfallsfrei gewesen ist. Auch auf weniger befahrenen Straßen und Wegen sollte ein Kind mit Epilepsie nur fahren, wenn es unter medikamentöser Behandlung seit mindestens 3 Monaten sicher anfallsfrei ist. Selbstverständlich sollte es beim Radfahren den auch für gesunde Kinder empfohlenen Schutzhelm tragen.

Vorsicht bei Absturzgefahr!

- Geräteturnen ist mit geeigneter Hilfestellung und bei Verwendung von Niedersprungmatten in der Regel möglich.
- Klettern am Seil oder an der Stange über die Höhe der Hilfestellung hinaus sollte vermieden werden.

Vorsicht bei Gefahr von Erschütterungen des Kopfes!

- Kopfbälle beim Fußballspiel sind generell ungünstig, da es zur Gehirnerschütterung mit ihren Folgen kommen kann. Dies gilt umso mehr für Kinder mit Epilepsie.
- Boxen sollte im Kindesalter auf Grund der möglichen Hirnschädigung ohnehin tabu sein.

Im Allgemeinen problemlos möglich sind Leichtathletik, Bodenturnen und Ballspiele (außer Kopfballtraining, siehe oben).

Aufklärung!

Es ist sinnvoll, unter Einbeziehung der Eltern Lehrer und Schüler über die Anfallsart des Mitschülers aufzuklären. Wenn möglich sollte das betroffene Kind einen Anfall schildern, um so das Verständnis zu fördern. Kinder und Jugendliche sind in der Regel sehr verständnisvoll, wenn sie wissen, worum es sich handelt.

Aus einer Veröffentlichung des Landesverbandes Epilepsie Bayern e.V.